

*О.В. Коган**koganrom@mail.ru**І.Л.Рудзевич**rudzevich.ira@mail.ru*

Психолого-педагогічне забезпечення формування здорового способу життя у старшокласників із вадами інтелекту

Kohan O.V., Rudzevych I.L. The psychological and pedagogical support of healthy lifestyle formation in senior pupils with mental disabilities / Kolesnykova O.V. Kohan, I.L. Rudzevych // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / edited by S.D.Maksymenko, L.A.Onufrieva. – Issue 26. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2014. – P. 255-263.

О.В.Коган, І.Л.Рудзевич. Психолого-педагогічне забезпечення формування здорового способу життя у старшокласників із вадами інтелекту. У статті висвітлюються питання формування здорового способу життя в учнів допоміжної школи у процесі навчально-корекційної роботи. Зазначено, що система формування здорового способу життя у розумово відсталих учнів як складова педагогічного процесу має забезпечити перш за все отримання необхідної кількості знань з питань здоров'я і здорового способу життя та підвищення загального рівня емоційно-мотиваційного компонента здорового способу життя, виховання стійких мотивацій до його дотримання. Вказано, що основним завданням нашого дослідження була розробка й апробація педагогічного забезпечення формування основ здорового способу життя в учнів 7-9-х класів допоміжної школи, у якій враховувалися виявлені педагогічні недоліки та протиріччя сучасного процесу виховання здорового способу життя у старшокласників допоміжної школи, їхні потреби. Зазначено, що під час апробації здійснено комплексний, систематичний виховний вплив на знання, ставлення і поведінку учнів як у навчальному процесі, так і в позакласній діяльності. Показано, що важлива роль у вирішенні цих завдань належить навчально-корекційному процесу, оскільки знання про здоров'я і здоровий спосіб життя, оволодіння певними вміннями та навичками є запорукою для вироблення стійких поглядів і переконань, які є спонукальною системою для здійснення дій та вчинків. Зроблено висновок, що в процесі отримання та засвоєння необхідних знань, умінь і навичок формуються поняття норм здорового способу життя, виробля-

O.V. Kohan – the scientific contribution of the co-author is 50%,

I.L. Rudzevych – the scientific contribution of the co-author is 50%.

ється стійка позитивна мотивація до ведення здорового способу життя й усвідомлення своєї особистої ролі у збереженні власного здоров'я.

Ключові слова: психолого-педагогічне забезпечення, здоровий спосіб життя, навчально-корекційна робота, учні з вадами інтелекту.

О.В.Коган, И.Л.Рудзевич. Психолого-педагогическое обеспечение формирования здорового образа жизни у старшеклассников с нарушениями интеллекта. В статье освещаются вопросы формирования здорового образа жизни учащихся с умственной отсталостью в процессе учебно-коррекционной работы. Отмечено, что система формирования здорового образа жизни у умственно отсталых учащихся как составляющая педагогического процесса должна обеспечивать прежде всего получение необходимых знаний о здоровье и здоровом образе жизни, а также усовершенствование общего уровня эмоционально-мотивационного компонента здорового образа жизни, формирование стойкой позитивной мотивации к ведению здорового образа жизни. Указано, что основным заданием нашего исследования была разработка и апробация педагогического обеспечения процесса формирования здорового образа жизни учащихся 7-9-х классов вспомогательной школы, в которой учитывались существующие педагогические проблемы и противоречия современного процесса воспитания здорового образа жизни у учащихся старших классов вспомогательной школы, их потребности. Отмечено, что в процессе апробации совершено комплексное, систематическое воздействие на знания, отношение и поведение учащихся как во время учебного процесса, так и во внеклассной работе. Показано, что важную роль в этом играет учебно-коррекционный процесс, поскольку знания о здоровье и здоровом образе жизни, овладение необходимыми умениями и навыками, есть условиями формирования стойких взглядов и убеждений, которые являются побудительными мотивами действий. Сделан вывод, что в процессе получения и освоения необходимых знаний, умений и навыков формируется понятие норм здорового образа жизни, стойкая позитивная мотивация к ведению здорового образа жизни, осознание своей собственной роли в сохранении собственного здоровья.

Ключевые слова: психолого-педагогическое обеспечение, здоровый образ жизни, учебно-коррекционный процесс, учащиеся с нарушениями интеллекта.

Постановка проблеми. Державна політика у сфері гуманітарних питань спрямовується на підвищення рівня здоров'я, поліпшення якості життя і збереження генофонду української нації. Сутність державної політики України щодо виховання здорової людини зафіксована у Конституції держави, Законі України "Про охорону дитинства", національній доктрині розвитку освіти України ХХІ століття, програмі "Українська родина 2001-2005 рр.", національній програмі "Патріотичне виховання громадян, формування здорового способу життя, розвиток духо-

вності та зміцнення моральних засад суспільства”, національній програмі “Репродуктивне здоров’я 2001-2005 р.р.”, концепції розвитку охорони здоров’я населення України, міжгалузевій комплексній програмі “Здоров’я нації на 2002-2011 р.р.”, державних національних програмах “Діти України” та “Освіта (України ХХІ століття)” та інших документах.

Реалізація означеної політики потребує здійснення комплексу перманентних державних і галузевих заходів, одним із яких є створення умов для формування та стимулювання здорового способу життя, вдосконалення валеологічного та гігієнічного виховання і навчання учнів, посилення боротьби з шкідливими звичками, профілактика адитивної поведінки, розвиток фізичної культури і спорту.

Особливо *актуальним* це є для дітей з вадами інтелекту, оскільки формування в них здорового способу життя є необхідною умовою їх соціальної адаптації у сучасному суспільстві.

Метою нашого дослідження була розробка й апробація педагогічного забезпечення формування основ здорового способу життя в учнів 7-9-х класів допоміжної школи.

Виклад основного матеріалу дослідження. У нашому дослідженні ми враховували виявлені педагогічні недоліки та протиріччя сучасного процесу виховання здорового способу життя у старшокласників допоміжної школи, їхні потреби; у процесі апробації здійснили комплексний, систематичний виховний вплив на знання, ставлення і поведінку учнів як в навчальному процесі, так і у позакласній діяльності.

Теоретичною основою дослідження були положення:

1) Л.С. Виготського про особливості психофізичного розвитку дітей з розумовою відсталістю; розвиток особистості дитини як закон перенесення соціальних форм поведінки у сферу індивідуального пристосування; про можливості подолання вторинних наслідків первинного дефекту в колективній діяльності;

2) Г.М. Дульнєва, І.М. Бгажнокової, Н.М. Стадненко про недиференційований рівень розвитку емоційно-вольових компонентів розумово відсталих учнів ;

3) І.Г. Єременка про комплексність та оптимістичну перспективність корекційно-виховної роботи у допоміжній школі;

4) В.М. Синьова про умови корекційно-виховної спрямованості навчально- виховного процесу допоміжної школи ;

5) О.П. Хохліної про взаємозв’язок освіти і корекції, психолого-педагогічні основи корекційної роботи з учнями, які мають вади розумового розвитку;

6) А.С. Белкіна про психолого-педагогічні проблеми спілкування з учнями допоміжних шкіл в процесі уроку ;

7) А. Висоцької про основні завдання, форми і методи громадянського виховання учнів допоміжної школи;

8) М.А. Козленка про формування позитивних якостей особистості розумово відсталих учнів у спортивно-ігровій діяльності;

9) Н.Л. Коломенського про психологічні основи формування позитивних звичок поведінки у колективі;

Система формування здорового способу життя в учнів допоміжної школи як складова педагогічного процесу має забезпечити:

- отримання необхідної кількості знань із питань здоров'я та здорового способу життя;
- підвищення загального рівня емоційно-мотиваційного компонента здорового способу життя, виховання стійких мотивацій до ведення здорового способу життя;
- ефективне самостійне і свідоме використання знань, умінь та навичок здорового способу життя у повсякденній діяльності.

Досягненню цих цілей має сприяти й ефективний позитивний вплив внутрішкільного середовища на поведінку учнів; позитивний вплив позакласної діяльності учнів на їх здоров'я; поєднання зусиль педагогів і вихователів для досягнення цієї мети; різноманітність і співпраця систем формування здоров'я учнів в умовах навчального закладу; вплив на соціальну політику щодо здоров'я (на всіх рівнях суспільства).

Всі уроки включали в себе методи, спрямовані на активізацію розумової діяльності учнів; виховання свідомого позитивного ставлення до ЗСЖ; всі елементи поданого матеріалу закріплювали в практиці; постійно стимулювали дітей до висловлювання власної думки і її обґрунтування.

Принцип наочності.

По необхідності унаочнювали процес формування знань таблицями, плакатами, малюнками, використовували індивідуальні щоденники ЗСЖ.

Принцип міцності засвоєння знань.

Матеріал часто повторювали, доповнюючи, уточнюючи і розширюючи його при цьому; неправильно засвоєні знання коригували. Після пояснення і розповіді стимулювали учнів до аналізу, зв'язку почутого із їхнім власним досвідом, наведення прикладів. Систематично включали учнів у практичну діяльність щодо

використання набутих знань, добираючи для цього проблемні ситуації, доручення, завдання.

Принцип корекційної спрямованості навчання.

При проведенні формувального експерименту водночас коригували вади психофізичного розвитку дітей згідно навчально-виховних планів вчителя.

Принцип вирішальної ролі вчителя у навчанні.

Виходили із відомостей про неблагополучні сім'ї багатьох учнів, отриманий раніше негативний досвід щодо способу життя. Тому коригували неправильні установки, формували позитивний суспільний досвід.

Принцип індивідуального та диференційованого підходу до учнів.

Враховували індивідуальні і типологічні особливості учнів при доборі змісту, форм та методів навчання ЗСЖ.

Головною метою експерименту було:

- розширити та поглибити знання, вміння та навички розумово відсталих учнів з питань здоров'я та здорового способу життя;
- формувати інтерес учнів до вивчення цих питань; виховувати стійку позитивну мотивацію до ведення здорового способу життя;
- педагогічним впливом забезпечити дотримання набутих умінь, знань та навичок здорового способу життя у повсякденному житті; стимулювати прагнення розумово відсталих учнів вести здоровий спосіб життя.

Для досягнення цієї мети було обрано наступні шляхи:

- збагачення шкільних дисциплін відомостями про здоровий спосіб життя;
- введення у навчальні плани дисципліни „валеологія”, яка не тільки розширює та поглиблює знання розумово відсталих учнів про здоров'я та здоровий спосіб життя, а й сприяє формуванню у них мотивації до здорового способу життя; формує валеологічну свідомість і здоровий спосіб життєдіяльності через фізичне, соціальне, духовне виховання особистості;
- розширення та поглиблення вивчення питань, пов'язаних зі здоров'ям та здоровим способом життя, у процесі позакласної діяльності;
- сприяння у позакласний час формуванню у розумово відсталих учнів мотивації до здорового способу життя, навчання їх правилам здорового способу життя, сприяння

формуванню в них відповідних практичних умінь та навичок;

- скоординування дій різних працівників закладу (вчителів, вихователів, лікарів, медсестер, соціальних педагогів, психологів);
- залучення батьків до формування здорового способу життя у розумово відсталих учнів.

Як свідчать результати нашого дослідження, важливими умовами для формування здорового способу життя розумово відсталих учнів є:

- системність роботи з виховання здорового способу життя;
- наявність у школи програм валеологічного розвитку учнів;
- наявність позитивної загальношкільної атмосфери;
- скоординованість дій медичних, педагогічних працівників, психологів;
- безперервність виховання здорового способу життя;
- урахування індивідуальних особливостей учнів;
- використання міжпредметних зв'язків.

У процесі формувального експерименту ми дотримувалися вимог щодо забезпечення корекційної спрямованості навчання, розроблених І.Г. Єременко:

- адаптація змісту освіти до пізнавальних можливостей учнів;
- наочність навчання;
- уповільненість процесу навчання;
- повторюваність у навчанні та вихованні;
- включення учнів у діяльність, спрямовану на подолання труднощів і перешкод (принцип вправ);
- індивідуальний та диференційований підхід до учнів;
- спеціальна організація праці;
- використання гри;
- дотримання охоронно-педагогічного режиму;
- систематичне залучення учнів до суспільно корисної діяльності.

Для досягнення найбільш ефективного результату у процесі формувального експерименту застосовувалися наступні методи (згідно класифікації Ю.К. Бабанського):

- методи стимулювання і мотивації учнів (пізнавальні ігри, дискусії, методи навчального заохочення);
- методи організації та здійснення навчальних дій (словесні, наочні, практичні, наукові, самостійна робота);

- методи контролю і самоконтролю (усний, письмовий, самоконтроль).

При реалізації методів навчання у процесі формувального експерименту ми дотримувалися наступних вимог до застосування дидактичних методів у допоміжній школі:

- відповідність методів принципам навчання;
- відповідність цілям і завданням навчання: дидактичним, корекційно-розвивальним, виховним;
- відповідність змісту матеріалу;
- відповідність пізнавальним можливостям учнів та індивідуальний підхід при доборі методів;
- відповідність наявним умовам і відведеному часу.

При розробці та обґрунтуванні концепції формування здорового способу життя у процесі позакласної виховної роботи ми враховували особливості психофізичного розвитку розумово відсталих дітей загалом та пізнавальної діяльності, зокрема.

При використанні методу стимулювання діяльності і поведінки як змагання ми враховували рекомендації Є.С. Черніка, який вважає, що правильно організовані змагання у допоміжній школі з урахуванням особливостей розумово відсталих учнів сприяють не тільки корекції та компенсації дефектів фізичного розвитку, а й значною мірою формуванню особистості розумово відсталої дитини.

Висновки. У процесі нашого дослідження ми дослідили, що ефективність виховання здорового способу життя у розумово відсталих учнів залежить від багатьох факторів. Це, по-перше, виховні стосунки, що складаються у певному закладі. У процесі виховання формуються погляди учнів, їхнє ставлення до проблем, мотиви поведінки. Вплив на особистість здійснюється через її ставлення до навколишнього, у тому числі й до педагогічного впливу. Рівень і ефективність педагогічної взаємодії впливає на результати виховання. По-друге, на процес виховання здорового способу життя у розумово відсталих учнів впливає сукупна дія об'єктивних та суб'єктивних факторів. Об'єктивними факторами є умови виховання – матеріальні, соціальні, санітарно-гігієнічні. По-третє, фактором, що впливає на формування здорового способу життя у розумово відсталих учнів, є якість виховного впливу, інтенсивність і якість взаємостосунків між вихованням, взаємовихованням.

Під час вивчення психолого-педагогічної літератури ми зробили висновок, що формування здорового способу життя ґрунтується на двох педагогічних принципах у галузі навчання здоров'ю:

- учні мають одержувати адекватні і гармонійно пов'язані знання в рамках валеологічних дисциплін;
- у вихованні в учнів інтересу та зацікавленості до цих знань, позитивної мотивації до ведення здорового способу життя та відповідної поведінки.

У викладанні предметів, пов'язаних зі здоров'ям та здоровим способом життя, слід керуватися обома принципами, оскільки знання з проблеми не трансформуються в дію, якщо в учнів не розвинуто інтерес і зацікавленість до цих знань. У той же час, лише інтерес без необхідних знань не призведе до здорового способу життя. Тобто, знання без застосування їх у повсякденному житті нічого не варті, а практична діяльність без знань є безпорадною. Отже, основою методики навчання здоров'ю та здорового способу життя є цілісне, перманентне викладання дисциплін, пов'язаних з питаннями здоров'я та здорового способу життя та виховання практичного використання теоретичних знань у повсякденному житті.

Список використаних джерел

1. Беспалько В.В. Визначення медико-соціальних чинників ризику виникнення наркоманії серед учнів навчальних закладів / В.В. Беспалько. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – 20 с.
2. Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи до досліджень і шляхи їх розвитку в Україні: Зб. науково-практичних статей / за заг. редакцією В.М. Оржеховської. – К.: МАГІСТР. 1999 – 120 с.
3. Дробот Л.С. Соціально-побутове орієнтування для вчителів та учнів допоміжної школи: посібник для вчителів / Л.С. Дробот, Н.І. Видрич. – К.: ІСДО, 1995. – 152 с.
4. Шишова І.М. Інноваційні методи та форми організації антинаркотичної роботи у спеціальній школі / І.М. Шишова // Дефектологія. – 2002. – № 9. – С. 26 – 29.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Bepal'ko V.V. Vyznachennja medyko-social'nyh chynnykiv ryzyku vynyknennja narkomanii' sered uchniv navchal'nyh zakladiv / V.V. Bepal'ko. – Kam'janec'-Podil's'kyj: Abetka-NOVA, 2002. – 20 s.
2. Valeologichna osvita ta vyhovannja: suchasni pidhody do doslidzhen' i shljahy i'h rozvytku v Ukrai'ni: Zb. naukovopraktychnykh statej / za zag. redakcijeju V.M. Orzhehovs'koi'. – K.: MAGISTR, 1999 – 120 s.

3. Drobot L.S. Social'no-pobutove orijentuvannja dlja vchyteliv ta uchniv dopomizhnoi' shkoly: posibnyk dlja vchyteliv / L.S. Drobot, N.I. Vydrych. – K.: ISDO, 1995. – 152 s.
4. Shyshova I.M. Innovacijni metody ta formy organizacii' antynarkotychnoi' roboty u special'nij shkoli / I.M. Shyshova // Defektologija. – 2002. – № 9. – S. 26 – 29.

O.V. Kohan, I.L. Rudzevych. The psychological and pedagogical support of healthy lifestyle formation in senior pupils with mental disabilities. The article explains the issues of healthy way of life formation in students with mental retardation in the process of teaching and remedial work. It is mentioned that the system of a healthy way of life in mentally retarded students as part of the educational process must take primary responsibility to obtain the necessary knowledge about health and healthy way of life, as well as the improvement of the general level of emotional and motivational component of a healthy way of life, the formation of persistent positive motivation to conduct a healthy way of life. The main tasks of our study are noted to be the development and approbation of a pedagogical support of the formation of a healthy way of life of pupils of grades 7-9 at a special school. We took into account the existing educational problems and contradictions of the modern process of raising a healthy way of life with senior pupils at a special school, their needs. In the process of testing a comprehensive, systematic impact on knowledge, attitudes and behavior of pupils both during the training process and in extracurricular activities have been carried out. It is showed that an important role in solving these tasks is played by educational and correctional process, as knowledge about health and healthy way of life, mastering the necessary skills and abilities are conditions for the formation of persistent views and beliefs, which are the driving forces in the action. It is concluded that during the preparation and development of the necessary knowledge and skills the concept of norms of a healthy way of life is formed, the persistent positive motivation for conducting a healthy way of life, an awareness of their own role in maintaining their own health are produced.

Key words: psychological and pedagogical support, healthy way of life, educational and remedial process, pupils with intellectual disabilities.

Recieved August 18, 2014

Revised September 24, 2014

Accepted October 25, 2014